Растём с Дино

ЖУРНАЛ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

№2 • 2005 • ЛЕТО

"По дороге с облаками"

Домашний театр

DANONE

Растишка®

ПАРОВОЗ ИЗ СТРАНЫ ВОЛШЕБНЫХ ПУЗЫРЬКОВ

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ,

вот и настало лето, которого мы так долго ждали, и вы наверняка уже задумались, где провести летние месяцы: ведь нужно успеть запастись витаминами, набраться сил, здоровья, а ребятам, конечно, подрасти.

А чтобы расти было вкусней и веселей, вам не обойтись без "Растишки" и нашего журнала "Растем с Дино".

Из этого номера вы узнаете о детском музыкальном воспитании, о том, чем развлечь детей в долгой поездке, а также вас ждут полезные Растишка-новости от педиатров. Нашим маленьким читателям мы предлагаем разгадать летние загадки и поучаствовать в конкурсах с призами! А в каталоге подарков вы, как всегда, сможете подобрать и заказать замечательные летние вещицы, созданные под руководством веселого выдумщика Дино.

ЯРКОГО ЛЕТА ЖЕЛАЮТ ВАМ ДИНОЗАВРИК ДИНО И РЕДАКЦИЯ.

ПЕЙТЕ, ДЕТИ, МОЛОКО!

Молоко – первая пища многих живых существ. Природа создала его для того, чтобы питать растущий организм. Оно содержит практически всё, что нужно для развития. Вот почему человек остается верен этому продукту на протяжении всей своей жизни: прекращая питаться грудным, человек продолжает использовать молоко и молочные продукты в качестве основных составляющих своего рациона.

Для детей молоко особенно важно, поскольку оно содержит такие пищевые вещества, без которых невозможны нормальный рост и развитие. Эти вещества не образуются в организме и обязательно должны поступать с пищей.

Кроме множества полезных веществ (белков, жиров, углеводов, ферментов и витаминов), молоко содержит кальций – один из важнейших для нормального развития организма минерал. Вот почему оно особенно важно в период интенсивного роста.

Почему же кальций незаменим для детей? Он составляет основу костной ткани и зубов, участвует в обеспечении свертывания крови, он необходим также для мышечного сокращения, в том числе сердечной мышцы, для передачи нервных импульсов. Недостаток кальция в питании детей может привести к серьезным нарушениям: задержке роста, нарушению формирования костей и зубов, повышенной нервной возбудимости, развитию рахита у детей раннего возраста.

Ежедневная потребность в кальции детей 4-6 лет составляет 800 мг, 7-10 лет – 1000 мг, а 14-17 лет – 1200-1400 мг в сутки.

Молоко и молочные продукты, хотя и богаты кальцием, но могут удовлетворить только 50-80% потребности детей в кальции. А в период интенсивного роста детям необходимо большое количество витаминов и минеральных веществ. Чтобы избежать дефицита кальция, необходимы специально обогащенные продукты – так называемые продукты функционального питания. Они оказывают благоприятное, оздоравливающее, а иногда и лечебное действие на организм. Среди них особое место занимают продукты, обогащенные кальцием. Это не означает, как думают многие, добавление химических веществ. Напротив, в натуральный продукт вводятся натуральные природные добавки.

Так, например, йогурты и творожки «Растишка» компании Данон, изготовлены из настоящего коровьего молока с добавлением натурального фруктового пюре, без консервантов и красителей.

Питьевые йогурты и фруктовые творожки «Растишка» специально обогащены легкоусвояемыми детским организмом лактатом и цитратом кальция. В 100 г «Растишки» содержится кальция в два раза больше, чем в 100 мл молока.

По результатам научных исследований, кальций из йогурта и творожков «Растишка» прекрасно усваивается детским организмом и положительно влияет на состояние костной ткани, деятельность сердца и рост ребенка, его нервную систему. Продукты «Растишка» одобрены Союзом педиатров России.

Анатолий Ильич Хавкин,
Доктор медицинских наук, профессор

А. Хавкин

Малыши и музыка

Музыка – удивительное явление! Она заставляет нас радоваться, грустить, смеяться, плакать, танцевать, петь, мечтать...

Разная музыка пробуждает в нас совершенно разные эмоции и чувства. Одна помогает расслабиться и снять стресс, другая создает романтическое настроение, третья пробуждает в нас желание двигаться. А теперь представьте, какое влияние имеет музыка на маленьких детей!

Маленькие дети особенно восприимчивы к музыке. Многие врачи рекомендуют будущим мамам еще во время беременности слушать классическую музыку, потому что она благотворно влияет на развитие ребенка. А какое воздействие оказывает музыка на малыша после рождения? Музыка, которую слышит малыш, становится частью его мира. Он еще не умеет ее слушать, но она уже воздействует на его подсознание. Различные мелодии по-разному влияют на настроение ребенка и имеют разные возрастные рекомендации. Детям младше трех лет не рекомендуется слушать грустную и тревожную музыку. Для них больше подойдут веселые и светлые мелодии. Такая музыка, по мнению психологов, способствует хорошему настроению и оптимистичному восприятию окружающего мира.

Заведите у себя дома коллекцию песенок из любимых мультфильмов и других детских песенок. Например, песни Татьяны и Сергея Никитиных. Веселые мелодии и простые добрые слова обязательно понравятся Вашему малышу! **У «Растишки» тоже есть своя песенка - песенка ко дню рождения Дино. Ее можно заказать в нашем каталоге подарков.** Ваш маленький меломан с удовольствием будет подпевать, а может быть даже и подтанцовывать!

После детских песенок и колыбельных, как говорят специалисты, малышам полезнее всего слушать классическую музыку. Гармония, благородство интонаций и богатство оттенков, которыми она обладает, помогут маленькому слушателю научиться ценить истинную красоту, сформируют хороший вкус и музыкальный слух.

Для первого знакомства больше всего подойдут произведения Вольфганга Амадея Моцарта. Психологи определили, что музыка Моцарта оказывает положительное влияние на развитие детской психики, творческого начала и интеллекта. В чем же секрет? Возможно, в том, что Моцарт начал писать музыку, когда ему было всего четыре года, и поэтому перенес в музыку детское восприятие мира. **Детям больше всего нравятся «Маленькая ночная серенада», «Турецкий марш» а также вариации из опер «Волшебная флейта», «Дон Жуан» и «Свадьба Фигаро».**

Другой композитор, который обязательно понравится вашему малышу - это Петр Ильич Чайковский. Дайте своему ребенку послушать «Детский альбом» или «Времена года». Пусть он фантазирует! Ведь эти произведения погружают в особый мир, в котором открываются большие просторы для воображения. А если у вашего малыша игривое настроение, включите ему фрагмент из какого-нибудь балета. Например, из «Спящей красавицы», «Щелкунчика» или «Лебединого озера». Под эту музыку он с удовольствием потанцует.

Не забывайте, что маленькому ребенку может быть сложно сосредоточиться и внимательно слушать незнакомые произведения. Помогите ему! Помаршируйте вместе с ним под ритмичную музыку или просто покажите, как можно под нее танцевать. Фантазируйте вместе с ним, на что она похожа: вот подул ветер, вот пошел снег, а здесь выглянуло солнышко... Главное, заинтересуйте ребенка, и тогда он научится не только слушать музыку, но и слышать ее!

Часто у родителей возникают вопросы, когда следует начинать учить ребенка музыке, на каком инструменте ему лучше играть и где учиться.

Некоторые музыкальные школы начинают обучение с 4-6 лет. Зачисляют в них, как правило, после прослушивания, на котором определяют, есть ли у ребенка слух и чувство ритма. Кстати, это вы можете выяснить сами. Прислушайтесь к тому, как поет ваш ребенок, попадает ли он в ритм, может ли с точностью воспроизвести услышанную недавно мелодию. Выбор музыкального инструмента для серьезного обучения ребенка, конечно, лучше доверить профессиональному педагогу. Но если музыкальные инструменты есть у вас дома, дайте малышу попробовать на них поиграть, так вы заранее поймете, к каким инструментам у ребенка больше склонностей. **И запомните, что слух есть у всех. Просто некоторым надо приложить больше усилий, чтобы его развить.**

И самое главное, прежде, чем начать учить ребенка музыке, вы должны дать ему понять, что музыка находится внутри нас и, прежде всего, должна приносить радость и положительные эмоции. Тогда ваш малыш с удовольствием

Дино-мороженое

DANONE

Растишка®

Дино-коктейль

Возьми наклейку с упаковки "Растишки", приклей ее на трубочку как флажок, и "Растишка" превратится в Дино-коктейль!

Воткни палочку в стаканчик с творожком

Помести его на 4 часа в морозилку

Получится очень вкусное и полезное Дино-мороженое

Летнее утощение для Веселой компании

Собери коллекцию из трубочек и палочек для Веселого праздника!

РАЗНЫХ 10 ТРУБОЧЕК

С помощью волшебных палочек-трафареток ты сможешь нарисовать самолет, бабочку, облако - - целый летающий мир!

РАЗНЫХ 10 ПАЛОЧЕК

Собери все 10 палочек и 10 трубочек и устрой Веселый Дино-праздник с друзьями!

товар сертифицирован

Домашний театр

Что нужно, чтобы устроить кукольный театр? Прежде всего,театральная сцена и сами актеры-куклы.

Построить сцену ты можешь из двух стульев. Соедини их палкой или маминой шваброй. На палку повесь плотную ткань или небольшое одеяло. Сцена готова!

Кукол для спектакля ты можешь изготовить сам, взяв за основу бутылочки от питьевого Растишки. В нашем спектакле будут играть Дино, Царь и его дочь – царевна Несмеяна.

Изготовить их очень просто:

1. Лицо, короны, волосы, бороду царя, рукава вырежь из цветной бумаги.
2. Глазки и отдельные мелкие элементы нарисуй фломастером.
3. Для одежды подойдут кусочки цветного материала: оберни ими бутылочку и перевяжи веревочкой-поясом.

Смастерить Дино тебе помогут наши заготовки.

Для первого представления, мы предлагаем тебе разыграть этот сценарий

Как Дино Несмеяну развеселил

ЦАРЬ. Привет! Все собрались? Тогда мы начинаем! Пусть все, кто пришел сегодня на наш спектакль, громко захлопают в ладоши и затопают ногами. Ох, как громко! Ну ладно, мне нужно бежать. Сегодня моя дочь Несмеяна опять чем-то расстроена. *(Громко.)* Несмеяна!!!

На сцене появляется Несмеяна. И как только видит Царя, начинает плакать.

ЦАРЬ. Что опять стряслось?

НЕСМЕЯНА (*плачет*).

ЦАРЬ. Хочешь газировки сладкой?

НЕСМЕЯНА *(сквозь слезы). Нет!*

ЦАРЬ. Может, мультфильм посмотришь?

НЕСМЕЯНА *(сквозь слезы). Нет!*

ЦАРЬ. Да чего же тебе нужно?

НЕСМЕЯНА. Не-е-е-зна-а-ю. *(Опять плачет.)*

Царь утешает Несмеяну, в это время на сцене появляется Дино.

ДИНО. Привет, ребята! Что здесь случилось? Расскажите мне!

Зрители пересказывают историю Несмеяны.

Неужели? Вот так беда! Что же мы будем делать? *(Задумывается.)* Ну конечно! Будем Несмеяну веселить! А вы знаете, кто у нас самый лучший веселитель Несмеян? Конечно, Я!

ЦАРЬ *(замечает Дино).* О, Дино! Хорошо, что ты пришел.

ДИНО. Да, это я, и я собираюсь развеселить Несмеяну.

ЦАРЬ. Как же ты сможешь ее развеселить? Загадки и песни ей давно надоели.

ДИНО. А вот как! Я угощу Несмеяну "Растишкой"! Но не обычным, а сказочным. *(Обращается к Несмеяне.)* Вот смотри, сейчас мы "Растишку" превратим в мороженое: нужно просто положить в творожок волшебную палочку, поставить его в морозилку - и полезное Дино-мороженое готово!

НЕСМЕЯНА. А еще? Сделай что-нибудь еще волшебное!

ДИНО. А еще можно сделать коктейль: приклеиваем на трубочку флажок с картинкой, помещаем ее в баночку, и получается Дино-коктейль.

НЕСМЕЯНА. Ух ты! *(Смеется.)* Дино! Как здорово ты придумал!

ЦАРЬ. Да, Дино, а ты и правда знаешь, чем угостить царских дочек.

ДИНО. Ну, это было очень просто! А теперь давайте соберем всех друзей и устроим настоящий праздник!

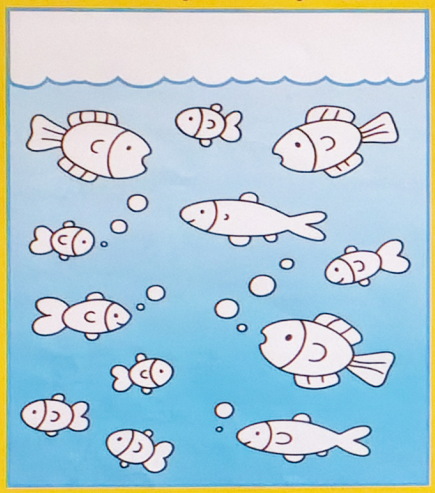
НЕСМЕЯНА. Праздник! Праздник!

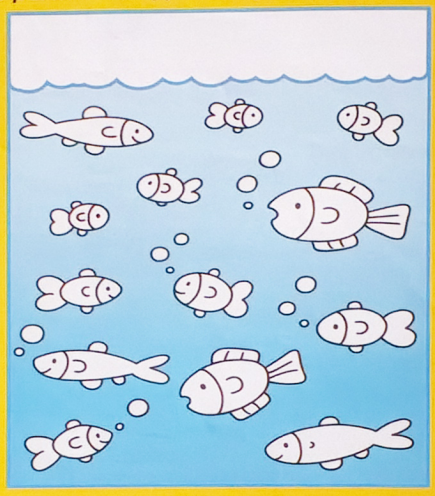
(Смеётся и хлопает в ладоши.)

Гости устроились на своих местах, в комнате гаснет свет, открывается занавес, и начинается представление...

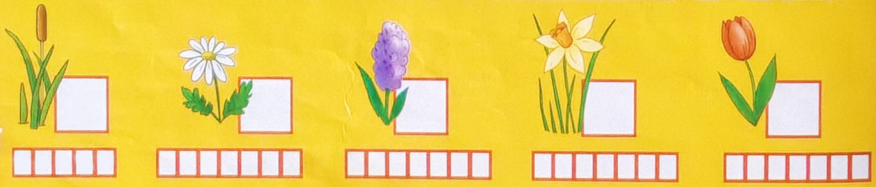
Читай про Дино-мороженое и Дино-коктейль на стр. 5

В двух аквариумах живут одинаковые рыбки. Найди их и раскрась.





Какие цветы, нарисованные на картинке, ты знаешь? Назови их и сосчитай.



По дороге с облаками...

Вы собрались в путешествие? Пусть даже в небольшое – например, к бабушке в другой конец города. Не забывайте, что для Вашего малыша это уже серьезное событие. Ведь в дороге его ждет столько интересного: новые люди, новые виды, незнакомые улицы и куча впечатлений!

К любому путешествию надо готовиться заранее, будь то автомобильная прогулка за город или долгая поездка на море. Прежде всего, позаботьтесь о том, чтобы у ребенка всегда была вода. Оденьте его так, чтобы он чувствовал себя комфортно. Обязательно возьмите с собой аптечку, в которой должны быть бинты, пластыри, йод, перекись водорода, желудочно-кишечные средства и, на всякий случай, жаропонижающие. Не забудьте взять что-нибудь от укачивания – гомеопатические средства или хотя бы простые леденцы. Если поездка недолгая, из еды можно взять яблоко, простое печенье, чистую воду или сок. Если ребенок плохо переносит смену обстановки, **возьмите с собой его любимую игрушку или книжку**, которые будут напоминать малышу о доме. Ну и конечно, запаситесь терпением и многочисленными историями и играми, чтобы дорога для вашего малыша пролетела незаметно!

Любая дорога будет утомительной для ребенка, и вам следует заранее подумать о том, чем его развлекать. Если вы за рулем и у вас заняты руки, **поиграйте с ним в устные игры**. Например, в слова или города. Правила просты: вы договариваетесь о теме (цветы, города, еда и т.д.) и называете слово. Следующий должен назвать слово, которое начинается на последнюю букву предыдущего. И так, пока не надоест. Можно поиграть в другую игру: возьмите какую-нибудь фразу и по очереди попытайтесь сказать то же самое другими словами. Кто не сможет сказать, тот и проиграл! Например, возьмем фразу «в небе летают птицы». Можно сказать иначе: «в небе парят птицы», или «над нами летают птицы», или «в небе парят пернатые» и т.д. Есть и другие игры: вспоминать сказки, в которых есть цифры («три поросенка», «семеро козлят», «1001 ночь» и т.д.), или сказки, в названии которых есть имена («Маша и медведи», «Чипполино», «Незнайка на луне»). Не забывайте, что если вы с ребенком едете на машине, рекомендуется делать 15-минутные остановки каждые два часа.

А когда вы устанете играть в «сложные» игры, **можно просто петь любимые песни**. Кстати, когда ребенок поет, его меньше укачивает. А когда вам наскучит просто петь, попробуйте петь на определенную тему. Вспомните все песни про дорогу, друзей, про солнце...

Если вы летите в самолете или едете в поезде, диапазон игр значительно расширяется. Вы можете играть с ребенком в пантомимы (каждый изображает какое-нибудь животное, а другие угадывают), в ладушки, в «камень-ножницы-бумагу», сороку-ворону... А можете сделать из подручных средств игрушки и целый кукольный театр (носовой платочек – платьице, ботиночек – собачка и т.д.) Не забывайте старую добрую игру «смеяться запрещено»: вы по очереди рассказываете друг другу всякую чепуху, пытаясь рассмешить. Кто засмеется – тот и проиграл! Есть похожая игра ««да» и «нет» не говорить, «черное» и «белое» не называть». В ней тоже нужно разговаривать, но нельзя произносить слова «да», «нет», «черное» и «белое».

Конечно, вы можете подготовиться и более основательно! Например, вырезать заранее из бумаги фигурки людей и одежду к ним, а в поезде играть в семью. Или взять с собой маленькую шахматную доску и учить ребенка играть в шахматы, шашки или «уголки».

Выбор игры зависит от многих факторов: от того, где и на чем вы едете, сколько с вами детей, можете ли вы все время быть с ребенком... Подготовившись к путешествию заранее, вы облегчите его и себе и ребенку. И вам самим будет приятно смотреть на довольного малыша, который с удовольствием изображает ежика или старательно морщит лобик, пытаясь угадать загаданное слово!

Счастливого пути!

Паровоз из Страны Волшебных Пузырьков

Этот ПАРОВОЗ приехал к нам из Страны Волшебных Пузырьков. Чтобы смастерить его, тебе понадобятся бутылочки от йогурта и стаканчики от нового мусса "Растишка", ведь только в нем есть самые настоящие волшебные пузырьки.

Вагончики и локомотив сделай из бутылочек и стаканчиков "Растишки".

Для колес подойдут большие яркие пуговицы или кружки толстого картона. Насади колеса на концы зубочистки и приклей ее к основанию баночек.

Конкурс поделок!

Скрепи вагончики при помощи полосок бумаги или ниток.

Смастери свой паровоз и пришли его фотографию к нам в редакцию по адресу: 117574, Москва, а/я "Растем с Дино." На конверте обязательно сделай пометку: "Паровоз из Страны Волшебных Пузырьков". Авторы самых длинных паровозов получат специальные призы от Дино.

YOUTUBE.COM/@PORTAL-TO-NOSTALGIA-2000E
PINTEREST.COM/PORTAL_TO_NOSTALGIA_2000E

Летние Дино-подарки. Выбирайте и заказывайте!

Любимые Дино-игрушки:

Брызгалка и держатель для зубной щетки
(Зубная щетка в комплект не входит)

Для любого из динозавриков

Подставка с ложкой

Мягкая

Футболка для Дино-друзей

Рюкзак для школы и веселых путешествий

Аудиокассета с песней Дино и зарядкой – танцуем и занимаемся спортом

Кружка с Дино, пить из которой – – огромное удовольствие

Альбом для рисования. Дино вдохновляет на лучшие рисунки!

Ростомер – – полезная вещица и украшение для детской комнаты

DANONE

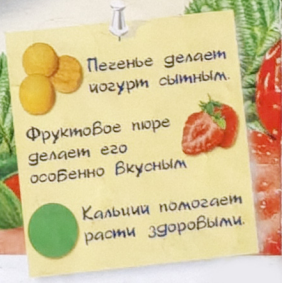
Растишка®

НОВИНКА

ЙОГУРТ С ПЕЧЕНЬЕМ

В новом Йогурте с печеньем «Растишка» есть все для вкусного и полезного полдника: свежее молоко, фруктовое пюре и хрустящее печенье. И так как это Растишка, в нем есть кальций, чтобы малыш рос здоровым вам на радость!

С БАНАНОМ И КЛУБНИКОЙ



Наш адрес:
117574, Москва, а/я "Растем с Дино"
телефон горячей линии: (095) 797-3197
www. rastishka.ru